



JUDITH TASSEW

Wege der Heilung

Dein achtsamer Weg zu Dir.

Jeder Weg ist individuell. Komm, wir finden deinen.

1:1 Begleitung · Kinderheilcoaching · Energie- & Heilarbeit

## MÄDCHENKREIS AB 9 JAHRE

Dein Raum zum Ankommen, Wachsen und Sein.

In diesem Kreis stärken wir Selbstwert, Selbstvertrauen und emotionale Sicherheit. Wir lernen, Gefühle wahrzunehmen und mit ihnen umzugehen, Grenzen zu spüren und sie nach außen auszudrücken. Kreativ, achtsam und wertfrei.

Für mehr innere Ruhe, Selbstwirksamkeit und ein harmonischeres Miteinander. Besonders in Zeiten von Übergang, Veränderung und Neuorientierung.

**3 Termine freitags 17 Uhr je 60 Minuten | 20 € pro Termin**

**9. Januar | 6. Februar | 6. März**

**In Alsdorf inkl. Snacks und Material**

JETZT  
ANMELDEN



### Kontakt

[www.judithtassew.com](http://www.judithtassew.com)

[achtsamerweg@gmail.com](mailto:achtsamerweg@gmail.com)

Ich begleite dich, deine innere Welt  
zu entdecken und deine Kraft zu entfalten.







JUDITH TASSEW

Wege der Heilung

Dein achtsamer Weg zu Dir.

Jeder Weg ist individuell. Komm, wir finden deinen.

1:1 Begleitung · Kinderheilcoaching · Energie- & Heilarbeit

## MÄDCHENKREIS AB 9 JAHRE

Die Zeit zwischen Kindheit und Jugend ist voller Veränderung. Gefühle werden intensiver, der Körper wandelt sich, das Außen stellt neue Anforderungen und manchmal fehlt ein sicherer Raum, in dem all das einfach da sein darf.

Im Mädchenkreis schaffen wir genau diesen Raum. Einen Ort, an dem Mädchen sich selbst besser kennenlernen, ihre Gefühle wahrnehmen, verstehen und lernen mit ihnen umzugehen, Grenzen spüren und ausdrücken lernen. Ohne Bewertung, ohne Druck, ohne “richtig oder falsch”. Durch achtsame und spielerische Übungen, kreative Elemente, Austausch und Körperwahrnehmung stärken wir: Selbstwert und Selbstvertrauen, Emotionale Gesundheit, Selbstwirksamkeit, Kommunikation und Ausdruck, innere Ruhe und Konzentration.



**Kontakt**

[www.judithtassew.com](http://www.judithtassew.com)

[achtsamerweg@gmail.com](mailto:achtsamerweg@gmail.com)





JUDITH TASSEW

Wege der Heilung  
Dein achtsamer Weg zu Dir.

Jeder Weg ist individuell. Komm, wir finden deinen.  
1:1 Begleitung · Kinderheilcoaching · Energie- & Heilarbeit

## MÄDCHENKREIS AB 9 JAHRE

Der Kreis unterstützt dabei, sich selbst ernst zu nehmen, die eigene Stimme zu finden und Sicherheit im eigenen Sein zu entwickeln. Eine wertvolle Grundlage für Schule, Freundschaften und das Leben.

Was Mädchen aus dem Kreis mitnehmen können:

- ✦ mehr innere Ausgeglichenheit
- ✦ weniger Stress und Überforderung
- ✦ ein harmonischeres Miteinander
- ✦ stärkere Selbstliebe
- ✦ Klarheit über eigene Bedürfnisse
- ✦ Mut, Grenzen zu setzen

**3 Termine je 60 Minuten, 20 Euro pro Termin inkl. Snacks und Material**



**Kontakt**

[www.judithtassew.com](http://www.judithtassew.com)

[achtsamerweg@gmail.com](mailto:achtsamerweg@gmail.com)

